



# Ensiapupäivä Epoon koululla

Huttunen, Anni & Juvonen, Jasmin

2015 Porvoo

Laurea-ammattikorkeakoulu  
Porvoo

## Ensiapupäivä Epoon koululla

Huttunen Anni  
Juvonen Jasmin  
Hoitotyön koulutusohjelma  
Opinnäytetyö  
Huhtikuu, 2015

Laurea-ammattikorkeakoulu  
Porvoo  
Hoitotyön koulutusohjelma

## Tiivistelmä

Anni Huttunen & Jasmin Juvonen

### Ensiapupäivä Epoon koululla

Vuosi	2015	Sivumäärä	30
-------	------	-----------	----

Toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena oli suunnitella ja toteuttaa ensiapupäivä Porvoossa Epoon alakoulun oppilaille lisäten koululaisten tietoa ensiavusta, sekä antaa rohkeutta käyttää opittua tietoa käytännössä. Lisäksi omana tavoitteena oli kehittyä opetustilanteen suunnittelussa ja toteutuksessa, jota voidaan hyödyntää tulevana hoitotyönammattilaisena.

Tämän opinnäytetyön teoriapohja koostuu pääosin Engeströmin näkemykseen opetuksen suunnittelusta ja toteutuksesta. Dunderfeltin elämäntieteestä hyödynnettiin hänen näkemyksiään mitä tulee huomioida ala-asteikäistä opettaessa, sekä miten lapsen kehitys vaikuttaa oppimiseen. Ensiapupäivän oppisisältö kerättiin terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen tekemän tutkimuksen pohjalta sekä Epoon koulun opettajien toiveista. Teoriapohjana ensiapuopetuksessa käytettiin Punaisen Ristin ensiapuohjeita. Ensiapupäivän toteutus arvioitiin havainnoiden ja haastatellen osallistujia.

Ensiapupäivä toteutettiin Porvoossa helmikuussa 2015. Oppilaat oli jaettu kuuteen ryhmään, jotka olivat kestoaltaan noin 45 minuuttia. Oppisisällöt olivat pääsääntöisesti samanlaiset kaikissa ryhmissä, mutta joissain tilanteissa sovellettiin aiemmin tehtyä suunnitelmaa. Ensiapupäivä onnistui hyvin, koska valmistauduimme päivään huolellisesti ja teimme tarkan suunnitelman. Arvioinnin perusteella voi sanoa, että päivä oli hyödyllinen ja ensiaputaitojen keräystä ja opetusta tarvittiin.

Opetustilanteen päätteeksi oppilaita kehoitettiin kertaamaan opittuja tietoja kotona, sekä tarkistamaan kotona sijaitsevan ensiapukaapin sisällön. Ensiapupäiviä pitäisi lisätä kouluissa, koska tällä hetkellä peruskouluissa ensiavun opetus on vähäistä. Lisäämällä ensiavun opettamista voidaan ehkäistä sairaalahoitoa ja jopa kuolemantapauksia. Saatujen palautteiden perusteella voidaan todeta, että ensiapupäiville olisi kysyntää myös tulevaisuudessa.

Avainsanat: Ensiapu, opettaminen, ala-asteikäinen

Laurea University of Applied Sciences  
Porvoo  
Degree Programme in Nursing

## Abstract

Anni Huttunen & Jasmin Juvonen

### First aid day at Epoo`s School

Year	2015	Pages	30
------	------	-------	----

---

The purpose of this functional thesis was to plan and enforce a first aid practice day at Epoo primary school in Porvoo. The goal was to increase students' knowledge about first aid. Another was to encourage students to use what they have learned in practice. One goal was to our own development in planning and enforcing the teaching situations.

The theoretical ground of this thesis is based on Engeström`s view of planning and implementation of teaching. Dunderfelt`s vision of life cycle psychology was used in what should be considered when teaching students in primary school and how children`s growth affects learning. The Educational content was collected according to a research by the National Institute of Health and Welfare and by the wishes of teachers of the school of Epoo. The base in the first aid day teaching was collected from the Red Cross first aid instructions. First Aid Day implementation was evaluated by observing and interviewing participants.

First aid day was carried out on February 2015 in Porvoo. Students were split into six groups, and lessons were about 45 minutes long. The content of the lesson was almost the same in every group but in some situations the content needed to be changed from the original plan. First aid day went well because we prepared it well and had made exact plans. Based on the evaluation, this day was useful. Teaching and rehearsing was needed in first aid skills.

After every lesson students were asked to rehearse what they have learnt and check the first aid kit contents at home. First aid training days should be added in to school curricula, because there is very little first aid training in schools. Hospitalization and even deaths could be partly prevented by increasing the amount of first aid training in schools. Based on feedback it can be stated that first aid days are also needed in the future.

Keywords: First aid, teaching, grades 1 to 6

## Sisällys

1	Johdanto .....	6
2	Opinnäyteyön tarkoitus ja tavoitteet .....	7
3	Tutkimuksen tausta .....	7
3.1	Aikaisemmat tutkimukset .....	7
3.2	Opettaminen .....	8
3.2.1	Opetuksen kuvaus .....	8
3.2.2	Opetusmenetelmät .....	8
3.2.3	Ala-asteikäisen opettaminen .....	10
3.3	Valmiudet ensiapuun .....	11
3.3.1	Yleisimmät koulutapaturmat .....	11
3.3.2	Hätäpuhelun soitto .....	13
3.3.3	Tajuttoman ensiapu .....	13
3.3.4	Sairaskohtauksien ensiapu .....	14
4	Toiminnan kuvaus .....	14
4.1	Toimintaympäristön kuvaus .....	14
4.2	Opetustapahtuman sisältö .....	15
4.3	Opetustapahtuman toteutus .....	15
4.4	Arviointi .....	17
4.5	Työn luotettavuuden arviointi ja etiikka .....	20
5	Pohdinta .....	20
	Lähteet .....	23
	Liitteet .....	26

## 1 Johdanto

Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen tekemän tutkimuksen perusteella voidaan todeta, että koulutapaturmat ovat vähentyneet merkittävästi viimeisen kymmenen vuoden aikana. Kehityksen takana on muun muassa tiedon lisääminen kouluissa vaaratilanteista ja niiden ehkäisykeinoista sekä tapaturman sattuessa tieto siitä, miten toimia ensiapua vaativassa tilanteessa. Tapaturmien vähenemisestä huolimatta ne ovat edelleen yleisimpiä kuolemansyitä lasten ja nuorten keskuudessa. Tapaturmiin voidaan kuitenkin puuttua panostamalla ennaltaehkäisyyn, sekä lisäämällä tietoa siitä, miten toimia tapaturman satuttua. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2014a.)

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena oli järjestää ensiapupäivä 1.-6.-luokkalaisille Epoon koulun oppilaille. Ensiapupäivän aikana pyritään antamaan oppilaille valmiuksia toimia ensiapua vaativassa tilanteissa sekä kerrotaan yleisesti muutamien perussairauskohtauksen ensiavusta. Oppisisältö määräytyy yleisimpien lasten tapaturmien perusteella ja Epoon koulun opettajien toiveiden mukaan. Aiheeseen opinnäytetyön tekijöitä motivoi kiinnostus ensiapuun sekä halu lisätä koululaisten tietoa ensiapua vaativista tilanteista. Lisäksi tarkoituksena kehittää omaa ammattiosaamista opetustilanteen suunnittelussa ja toteutuksessa, jota voidaan hyödyntää tulevilla hoitotyöuralla. Tämän ensiapupäivän avulla päästään hyödyntämään omaa osaamista ja jakamaan tietoa Epoon koulun oppilaille.

Tässä työssä tarkastellaan opettamisen ja ohjauksen teoriaa. Engeströmin näkemys opettamisesta valittiin opinnäytetyön suunnitelman pohjaksi. Tuotoksessa perehdyttiin myös ala-asteikäisen opettamiseen Dunderfeltin elämäнкаaripsykologian avulla. Ohjaustilanteen teoriaosuudessa luennoidaan ensin opetettava aihe, jonka jälkeen konkretisoidaan opittavia asioita näyttäen miten toimia ensiaputilanteessa. Sen jälkeen koululaiset harjoittelevat pareittain. Ensiapupäivä toteutetaan Porvoossa helmikuussa 2015.

## 2 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet

Toiminnallisessa opinnäytetyössä keskeisintä on työelämän kehittävä toiminta. Tässä opinnäytetyössä kehitetään Epoon koulun oppilaiden valmiuksia toimia ensiaputilanteissa. Toiminnallinen opinnäytetyö voi olla tuotekehityshanke tai tuotesuunnitteluhanke, jossa jokin tuote suunnitellaan tai jo suunniteltu tuote uudelleen kehitetään. Tämän tyyppinen toiminnallinen opinnäytetyö voi olla esimerkiksi tietokoneohjelman tuottaminen. Toiminnallinen opinnäytetyö voi olla myös sidosryhmäkumppanille suunniteltu ja toteutettu tapahtuma. (Laurea ammattikorkeakoulu 2011.)

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena on järjestää ensiapupäivä 1.-6-luokkalaisille Epoon koulun oppilaille ja lisätä heidän tietoa ensiavusta. Oppimistavoitteena on antaa oppilaille valmiuksia toimia itsenäisesti ensiapua vaativissa tilanteissa ja kertoa mistä he saavat lisäapua. Ensiapupäivänä opetettavat aiheet valikoituivat yleisimpien lasten tapaturmien perusteella ja Epoon koulun opettajien toiveista. Lisäksi tavoitteena on kehittyä opetustilanteen suunnittelussa ja toteutuksessa havainnoiden ja haastatellen ensiapupäivän onnistumista.

## 3 Tutkimuksen tausta

### 3.1 Aikaisemmat tutkimukset

Ensiaputaitojen tärkeys nostetaan joka vuosi esille kansainvälisenä ensiapupäivänä, jota on vietetty vuodesta 2000 lähtien Punaisen Ristin ja Punaisen Puolikuun liiton toimesta. Ensiapukoulutusta on annettu Suomessa jo 130 vuotta ja Suomen Punainen Risti on yrittänyt saada ensiapukoulutuksen peruskoulun opetussuunnitelmaan yli kymmenen vuotta. (Ristola 2015.) Kansalaisvelvoitteeksi kuuluu avun hälyttäminen ja ihmisen pelastaminen vaarasta, tämä on määrätty lakiin. Suomen lainsäädäntö sisältää myös säännöksiä pelastustoimista ja näin ollen jokaisen olisi hyvä osata ensiapua. Jokaisen ihmisen velvollisuuksiin kuuluu ensiaputaidot. (Pelastuslaki 2011.)

Lasten ja nuorten ensiaputaidoista ei löytynyt tutkimustietoa, mutta tulevaisuutta ajatellen autoilijoiden ensiaputaitoja on tutkittu Euroopassa. Tutkimuksessa nousi esiin ihmisten halu auttaa, mutta harva tiesi miten. Tutkimuksessa selvisi, että kolmannes tutkimukseen osallistuneista ei ollut käynyt koskaan ensiapukoulutusta. Suurin osa autoilijoista oli käynyt koulutuksen työn puolesta ja harva omasta halusta. Tutkimuksessa selvisi myös, että parhaiten muistetaan yleinen hätänumero ja siihen soittaminen, mutta oma turvallisuus unohdetaan onnettomuuspaikalla. (Autoliitto 2013.)

Liikenneturvan tekemän katsauksen mukaan tilastokeskuksesta saadut tulokset kertovat, että vuosina 2012 - 2014 viisi 0-14-vuotiaasta kuoli pyöräilyonnettomuudessa. Yli puolet kaikista pyöräilijöiden kuolemaan johtaneista onnettomuuksista ja 9/10 onnettomuuksista tapahtui taajamissa. Pääosa pyöräilyonnettomuuksista sattuu auton kanssa ja pyöräilijän menehtymisen syynä on usein päävamma, joka voidaan estää kypärän käytöllä. (Liikenneturva 2015.)

## 3.2 Opettaminen

### 3.2.1 Opetuksenkuvaus

Opetussuunnitelma käsitteenä ei tarkoita pelkästään opetettavan aiheen ajattelua ennen toteutusta. Toteutussuunnitelma vaatii kirjallisen tuotoksen, joka on suunniteltu opetussuunnitelman pohjalta ja tätä kutsutaan opetuksenkuvaukseksi. Opetussuunnitelma ohjaa ja tukee opetettavaa aihetta, jotta opetustilanteesta saisi kaikki osapuolet mahdollisimman paljon hyötyä. Opetuksenkuvauksen suunnitelmalla on monia tärkeitä tehtäviä, kuten se orientoi opettajaa täydelliseen ja korkealaatuiseen opettamiseen. Ohjaajan on helpompi luoda johdonmukainen ja luonteva oppimistilanne, jos opetuksenkuvaus on hyvin laadittu etukäteen. (Engeström 1992, 147-148.)

Epoon koululla on käytössä oma opetussuunnitelma, joka perustuu Porvoon kaupungin perusopetuksen opetussuunnitelman perusteisiin. Opetussuunnitelmaan on merkattu kolmannelta vuosiluokasta eteenpäin terveystiedon opintoihin ensiavun opettaminen yksinkertaisissa hätätilanteissa, kuten pienissä haavoissa ja palovammoissa. Terveystietoa ja ensiapua opetetaan kuitenkin peruskoulussa todella vähän ja pakolliseksi se tulee vasta yläkoulussa. (Peda-net 2011.)

### 3.2.2 Opetusmenetelmät

Opetusmenetelmien avulla pyritään edistämään opiskelijan aktivointia, motivointia ja oppimista parhaiden oppimistulosten saavuttamiseksi. Opetusmenetelmiä on paljon ja siksi niitä kutsutaan yleensä joukoksi erilaisia vuorovaikutuksen muotoja. (Peda.net-kouluverkko). Engeströmin mukaan yksi tärkeimmistä onnistuneen opetuksen osatekijöistä on opetusmenetelmien valinta (Engeström 1992, 64-66). Opetusmenetelmien valinta ei kuitenkaan ole niin yksiselitteistä vaan täydellisen opetustilanteen muovaamiseksi täytyy huomioida muun muassa oppimistavoitteet ja oppimisympäristö (Engeström 1992, 120-122; Jyväskylän yliopisto 2004.)

Opetusmenetelmien valintaa edesauttaa oppimistavoitteiden määrittäminen, koska niiden avulla voidaan antaa opetukselle oikea suunta ja arviointi oppimiselle. Oppimistavoitteiden tarkoituksena on ohjata opiskelua opittavan asian oleellisimpiin periaatteisiin. Hyvä oppimis-



tavoite on muuan muassa selkeä, realistinen ja toimintaa ohjaava. Arviointi on yksi tärkeimmistä osa-alueista onnistuneeseen oppimiseen, koska sen avulla ohjaaja pystyy saamaan palautetta, mitä voidaan hyödyntää oppimistilanteen ohjailussa. Esimerkiksi ohjaaja voi vaihtaa valitun opetusmenetelmän toiseen kesken opetuksen varmistaakseen parhaat oppimistulokset. (Engeström 1992, 68-69; Itä-Suomen yliopisto; Tikanoja ym.)

Ei ole olemassa menetelmää, joka itsestään olisi hyvä tai huono, eikä opetuksen onnistuminen tai epäonnistuminen johdu ainoastaan valitusta menetelmästä. Opetusmenetelmän valintaan vaikuttaa vahvasti myös toimintaympäristö, kuten opetustila, oppilaiden aktiivisuus sekä aika-tila. Eri tutkimustulosten perusteella opetusmenetelmiksi valittiin luennointi ja tämän jälkeen käytännönharjoitukset ensiaputilanteista. (Hyppönen & Lindén 2009, 34.)(Liite 1.)

Esitelmöinti eli luennointi on käytetyin opetusmenetelmä. Perinteisellä luennoinnilla tarkoitetaan asetelmaa, jossa ohjaaja on aktiivinen ja oppilailla on passiivisen kuuntelijan rooli. Luennointi pyrittiin tekemään sellaiseksi, että oppilaat pääsevät osallistumaan paremmin esimerkiksi parikeskustelun avulla tai ohjaajan kysymyksiin vastaamalla. Tämänäyttöinen menetelmä tukee oppilaiden itsenäistä tiedonmuodostusta. Tärkeänä ohjeena pidetään, ettei ohjaaja saisi informoida yli 20 minuuttia, koska sen jälkeen opetuksen taso laskee, eivätkä oppilaat jaksa keskittyä kuuntelemaan. Hyvänä puolena tässä kyseisessä menetelmässä pidetään ohjaajan vapautta suunnitella tieto haluamallansa tavalla, mutta kohderyhmä täytyy myös muistaa huomioida. Esitelmöintiä on myös helppo suunnitella etukäteen ja se on turvallinen tapa oppilaille vastaanottaa uutta tietoa. Huonona puolena pidetään taas, että oppilaat passivoituvat helposti ja sisäistävät tiedon vain mekaanisesti eikä käsiteltävä asia pysy pitkään mielessä. Tämän ehkäisemiseksi luento pyrittiin pitämään lyhyenä ja ytimekkäänä, ja käytännönharjoituksiin keskityttiin enemmän. (Hyppönen & Lindén 2009, 45.)

Toiseksi opetusmenetelmäksi valikoitui harjoitus, koska sen avulla oppilaat saadaan aktivoitumaan oppimisesta hyvien oppimistuloksien saavuttamiseksi. Tässä opetusmenetelmässä oppilaat tekevät harjoituksia yksilöinä tai ryhmänä. Syvänojan ym. (2012) tekemän tutkimuksen mukaan fyysiset aktiivisuudet koulupäivän aikana ovat yhteydessä oppilaiden hyvään koulumenestykseen. Tutkimuksessa selvisi myös, että liikunta auttaa sosiaalisessa kanssakäymisessä. (Jyväskylän yliopisto 2004; Syväoja ym. 2012.)

Harjoitusohjausmalleja on erilaisia ja tässä tapauksessa oppilaille näytetään ensiaputilanteita, jonka jälkeen he saavat harjoitella pienryhmissä. Vahvuutena tässä menetelmässä on teoriatiedon tuominen käytäntöön ja sen avulla oppimisen syventäminen. Haasteen tähän menetelmään voi tuoda oppilaiden motivaation puute tai ujous. Menetelmän käyttö voi myös epäonnistua siten, että ohjaajat vaativat oppilailta liikaa, jolloin oppilaat vain suorittavat tehtävän eikä prosessia voi kuvata oppimisena. (Hyppönen & Lindén 2009, 36.)

### 3.2.3 Ala-asteikäisen opettaminen

7 - 12 vuotiaat määritellään alakouluikäiseksi. Tässä iässä lapselle kehittyy huimasti niin motorisia, hienomotorisia kuin sosiaalisia ja psyykkisiä taitojakin. Lapsi kehittää itsetuntoaan ja oppii käsittelemään erilaisia tunteita. Lapselle on tärkeää saada positiivista ja kannustavaa palautetta, mutta myös oppia käsittelemään pettymyksen tunteita. Mielikuvituksen vilkkauksen vuoksi todellisen ja epätodellisen raja on vielä häilyvä. Ennen koulun aloittamista mitataan kuitenkin lapsen koulukypsyys ja siihen vaaditaan muun muassa normaali fyysinen kasvu, itsenäisyyttä irtautua vanhemmista, sosiaalinen kehittyneisyys ja kognitiivisten taitojen kypsyys. (Ivanoff ym. 2007, 68-70; Dunderfelt 2011, 80.)

Muutos varhaislapsuudesta koulun aloittamiseen on suuri ja näin ollen ensimmäiset kouluvuodet ovat jatketta varhaislapsuuteen. Lapsen tietoisuus ja oppiminen on vahvasti kiinni tunne maailmassa mistä se pikkuhiljaa muuttuu käsitteelliseksi. Koulun alkuvaiheessa lapsi ei tarvitse vielä paljoa teoreettista tietoa, koska tutkimusten perusteella on todettu liiallisen tiedon olevan haitaksi myöhemmällä iällä. (Dunderfelt 2011, 81-82.)

8.-10. ikävuoden aikana lapsessa alkaa ilmetä yksilöllisiä muutoksia minäkuvan vahvistumiseen. Tämä vaihe on rankka lapselle, mutta myös opettajalle. Lapsi tarkkailee itseään ja ympäristöään kriittisesti, mikä heijastuu koulussa opettajaan. Opettajalta vaaditaan johdonmukaisuutta, koska lapsi tarttuu helposti opettajan pieniinkin virheisiin. Opettajan täytyy myös huomioida, että lapsi elää vielä vahvasti mielikuvitus- ja toivemaailmassa eikä hänellä ole kykyä hahmottaa monimutkaisia asiakokonaisuuksia. (Dunderfelt 2011, 82-83.)

Yksilöstä riippuen 8.-10. ikävuodenvaihe minäkuvan kehittymisestä voi kestää päivistä kuu-kausiin, mutta sen jälkeen lapsi on ylittänyt sisäisen kehityksen kynnyksen ja jatkaa matkaansa hieman vahvempana seuraavaan vaiheeseen. 10-12 vuoden iässä lapsen perustaidot oppimisessa ja työnteossa lisääntyvät. Lapsi tarvitsee kuitenkin kehittymiseen aikuisen ihmisen, josta ottaa mallia. Kuitenkin alakoulun viimeisinä vuosina lapsi ajattelee jo itsenäisesti sekä varhaislapsuuden mielikuvituksellinen ja tunnesidonnainen oppiminen jäävät taakse. (Dunderfelt 2011, 84.)

Rantasen (2006) tutkimustuloksista voidaan todeta, että lapsen oppiminen voidaan jakaa neljään kategoriaan. Lasta pidetään aktiivisena oppijana, joka on utelias ja innokas oppimaan uusia asioita. Lapsella on myös luontainen tarve harjoitella ja oppia uusia asioita. Opettajan on tunnistettava lapsen tarpeet ja kiinnostuksen kohteet, koska kiinnostuskohteisiin perustuva toiminta lisää sisäistä motivaatiota. Lasta pidetään myös sosiaalisena oppijana ja luonnollisin tapa oppia on yhdessä muiden koululaisten kanssa. Sosiaalisissa tilanteissa lapsella herää kiin-

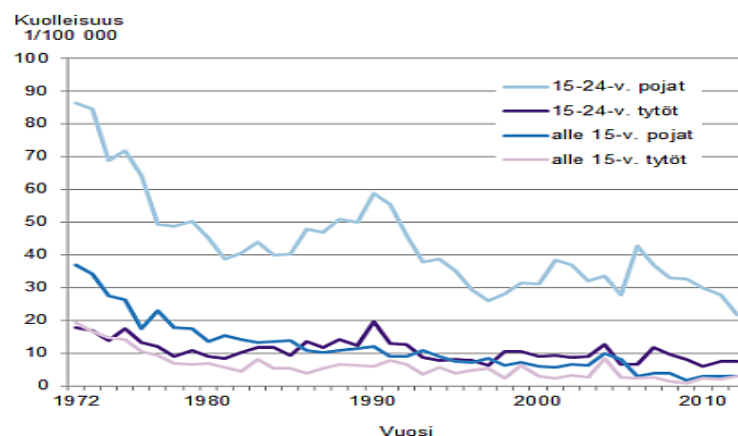
nostus matkia muiden toimintaa ja tätä kautta oppia uutta. Tärkeää on myös muistaa, että lapsi on passiivinen oppija eikä hän jaksu keskittyä pitkään yhteen asiaan. Tutkimustuloksista ilmeni myös, että lapsi on arvokas yksilö eikä yksilön oppimista voi kaikissa tapauksissa yleistää. (Rantanen 2006, 47-50.)

### 3.3 Valmiudet ensiapuun

#### 3.3.1 Yleisimmät koulutapaturmat

Koulutapaturmalla tarkoitetaan oppilaalle sattunutta vammaa kouluajalla. Kouluajaksi katsotaan myös kaikki toimintasuunnitelmaan merkityt kerhot, retket, leirikoulut ja välittömät koulumatkat. (Eduvantaa 2014.) Koulutapaturmat ovat yleensä lieviä vammoja esimerkiksi erilaiset haavat, ruhjeet, nyrjähdykset ja venähdykset. Kuitenkin osa tapaturmista johtaa kuolemaan. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2014b.)

Tapahtuman yhteiskunnallista merkitystä voidaan tarkastella terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen (2014) ”Piste tapaturmille!”-hankkeesta saamien tilastojen mukaan oheisessa kaaviossa.



Lähteet: THL:n tapaturmatietokanta ja Tilastokeskus, kuolemansyytilasto

Kuvio: Alle 25-vuotiaiden tapaturmakuolleisuus ikäryhmittäin ja sukupuolittain vuosina 1972 - 2012

(Terveyden ja hyvinvoinninlaitos 2014c.)

Tämän kyseisen tilaston mukaan nuorten tapaturmaiset kuolemantapaukset ovat vähentyneet, mutta silti tilannetta voidaan vielä parantaa. Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen tilaston mukaan koulutapaturmia voidaan vähentää ennaltaehkäisyllä sekä tapaturman sattuessa riittävällä ensiaputiedolla. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2014c.)

Koulutapaturmat sattuvat yleensä väli- ja liikuntatunnilla. Siellä yleisimpiä ovat nyrjähdykset ja erilaiset haavat. Haava on limakalvon tai ihon vaurio, johon voi liittyä kudosten tai sisäelin-

ten vammoja. Haavatyyppejä on erilaisia, mutta ensiapu on haavatyyppistä riippuen sama. Ensiksi tyrehdytetään mahdollinen verenvuoto painamalla vuotokohtaa esimerkiksi kädellä nenäliinaa apuna käyttäen. Sen jälkeen puhdistetaan haava liasta viileän juoksevan veden alla ja suojataan haava-alue sidoksella. Tarvittaessa soitetaan hätänumeroon 112. Vuotavat likaiset haavat kuuluvat aina lääkärin hoitoon, koska tulehdus vaara on suuri. Potilaalta tulee myös tarkistaa onko jäykkäkouristus eli tetanusrokote voimassa. (Castrén ym. 2012; Suomen Punainen Risti 2014b.)

Nivelen nyrjähtäessä ihonalaisessa kudoksessa tapahtuu verenvuotoa sekä vamma-alueelle kertyy nestettä. Mahdollisimman nopeasti annettu ensiapu takaa, että vammautuneen alueen verenvuoto saadaan tyrehtymään ja näin voidaan välttyä sairaala hoidolta. Nivelen nyrjähtäykseen on laadittu kolmen k:n sääntö, joka tarkoittaa kompressiota, kohoasentoa ja kylmähoitoa. (Punainen risti 2014a.)

Kompressio eli puristus vähentää turvotusta ja estää verenvuotoa vammautuneessa alueessa. Puristuksen vamma-alueelle voi tehdä käsin tai käyttäen apuna esimerkiksi kaulaliinaa. Seuraavaksi tulee kohoasento, jossa vammautunut raaja nostetaan koholle sydäntä ylemmäksi 45 asteen asennossa. Tämä hillitsee sisäistä verenvuotoa, koska verisuonistossa verenpaine pienenee. Ensimmäisen vuorokauden aikana kohoasentoa suositellaan pidettävän mahdollisimman usein. Viimeinen osa kolmen k:n ensiavusta on kylmähoito. Kylmällä supistetaan verisuonia ja näin ollen sisäinen verenvuoto vähenee. Vamma-alueella toimii mikä tahansa kylmä esimerkiksi lumi tai jääpussi. Nivelen nyrjähtäyksen jälkeen kylmähoitoa suositellaan toistamaan 1-2 tunnin välein, mutta korkeintaan 20min kerralla. Aika rajoitus kylmähoitoon on tehty estämään ihon paleltumista. Ihon paleltumista voi estää myös laittamalla kylmän ja ihon väliin esimerkiksi pyyhkeen. (Hänninen & Kauppala 2012; Suomen Punainen Risti 2014a.)

Ampiaisen- ja käärmeenpistot voivat olla hengenvaarallisia, jos nopeaa apua ei ole saatavilla. Varsinkin koululaisten, jotka opiskelevat metsän läheisyydessä on hyvä tietää ensiapuohjeet käärmeen- ja ampiaisenpistoon. Ampiaisenpisto aiheuttaa yleensä kovaa kipua pistoskohdassa ja alue saattaa turvota. Iholle voi myös ilmetä nokkosrokkoihottumaa. Paikallisoireiden lisäksi saattaa toisille tulla myös yleisoireita kuten limakalvoturvotusta. (Castrén ym. 2012.)

Ampiaisen pistäessä ensiksi paikallinen kipu tulee lievittää kylmällä, jonka jälkeen myrkkyä sisältävä piikki poistetaan ihosta, jos se on näkyvissä. Hätänumeroon 112 on soitettava välittömästi, jos pistos aiheuttaa hengenvaarallisen anafylaktisen reaktion ja sen jälkeen annetaan adrenaalipistos. Autettavan tilaa on aina seurattava ammattiavun tuloon saakka ja soitettava uudestaan hätänumeroon, jos tilanne pahenee. (Castrén ym. 2012.)

Suomen ainoa myrkyllinen käärme on kyy, jonka myrkky sisältää kudosta vaurioittavaa ainetta. Myrkkyaine aiheuttaa aluksi puremakohdassa turvotusta ja kudostuhoa sekä myöhemmässä vaiheessa voi ilmetä yleisoireita, kuten oksennusta ja päänsärkyä. Kyynpureman erottaa kahdesta pienestä reiästä puremakohdassa. Kyyn purressa on vältettävä raajan liikuttelua ja tuettava puremakohta lepoasentoon. Henkilölle annetaan kortisoni- tai antihistamiinitabletti, jos sellainen on saatavilla. Nämä lääkkeet ovat kuitenkin vain ensiapua ja autettava tarvitsee myös lääkärinhoitoa. (Saarelma 2014.)

### 3.3.2 Hätäpuhelun soitto

Suomen yleinen hätänumero on 112. Numeroon tulee soittaa, kun kohtaa tilanteen, jossa apua tarvitaan. Kyse voi olla, kun henki, terveys, omaisuus tai ympäristö on uhattuna. Lapselle opetetaan, että aina on parempi soittaa, kuin jättää soittamatta. (Hätäkeskuslaitos 2015.) Hätänumeroon soittamiseen on laadittu seuraavat ohjeet: 1. Soita 112. 2. Kerro mitä on tapahtunut. 3. Anna niin tarkka osoite ja kunta, kun pystyt. 4. Vastaa kysymyksiin, jotka esitetään. 5. Toimi ohjeiden mukaisesti. 6. Lopeta puhelu vasta kun olet siihen luvan saanut. (Korte & Myllyrinne 2012, 18.)

### 3.3.3 Tajuttoman ensiapu

Tajuttomuus on henkeä uhkaava tila, jossa ihminen on tiedottomassa tilassa eikä reagoi aistiärsykkeisiin. Tajuttomuus voi johtua useista eri syistä, kuten sairaustilat, vammat tai myrkytykset. (Kallela 2014.)

Tajuttoman ensiavussa herätellään ensiksi potilasta ravistelemalla ja puhuttelemalla. Sen jälkeen soitetaan viipyilemättä hätänumeroon 112 ja noudatetaan sieltä saamia ohjeita. Hätäpuhelun jälkeen tarkistetaan hengittääkö potilas avaamalla hengitystiet kohottamalla potilaan leukaa ja painamalla päätä alaspäin. Tämän jälkeen seurataan liikkuko potilaan rinta-kehä ja kuunnellaan virtaako ilma suusta ja sieraimista. (Suomen Punainen Risti 2014c.)

Potilaan hengittäessä käännetään tajuton kylkiasentoon hengityksen turvaamiseksi. Potilaan käsi nostetaan yläviistoon kämmen ylöspäin ja toinen käsi asetellaan rinnan päälle. Tämän jälkeen potilaan takimmainen polvi asetellaan koukkuun ja käännetään hänet kyljelleen itseä päin. Käsi asetellaan posken alle kämmenselkä ylöspäin ja päällimmäinen jalka laitetaan suoraan kulmaan lattiaa vasten. Lopuksi varmistetaan hengitysteiden auki pysyminen taivuttamalla päätä taaksepäin. Hengitystä tarkkaillaan avun tulloon asti. (Suomen Punainen Risti 2014c.)

### 3.3.4 Sairaskohtauksien ensiapu

Diabetes on yksi nopeimmin lisääntyvistä kansansairauksista. Sen syntyyn vaikuttavat mm. perintötekijät, elämäntavat ja korkea ikä. (Suomen Sisätautilääkäreiden yhdistyksen ja Diabetesliiton Lääkärineuvoston asettama työryhmä, 2013.) Suomessa vuonna 2013 0-14-vuotiaista tyypin 1 diabetesta sairasti noin 3800 lasta (Diabetesliitto).

Ensiapua tulee antaa henkilölle tilanteessa, jossa hänen verensokerinsa laskee tai nousee liikaa. Insuliinishokin eli liiallisen verensokerin laskun oireita ovat näläntunne, vapina, hikoilu, epämiellyttävä olo ja hermostuneisuus, aggressiivisuus tai ärtyisyys. Näissä tilanteissa henkilön verensokeri pitää saada nopeasti kohoamaan. Ensiapuna henkilölle annetaan syötävää tai juotavaa, mikä sisältää sokeria. Helposti tarjottavia ovat esimerkiksi mehu, hunaja ja banaani. Tämän jälkeen seurataan koheneeko henkilön olotila, jos ei, on soitettava 112. (Korte & Myllyrinne 2012, 72.)

Verensokerin noustessa liikaa oireina ovat vatsakivut, pahoinvointi ja oksentelu, sekä asetonin haju hengityksessä, puuskuttava hengitys ja uneliaisuus. Tilanne voi hoitamattomana pahimmillaan johtaa hitaasti kehittyvään happomyrkytykseen. Tällaisessa tilanteessa tulee aina soittaa 112, ja turvata henkilön peruselintoiminnot. (Korte & Myllyrinne 2012, 72.)

Astmalla tarkoitetaan pitkäaikaista keuhkosairautta. Sen tyypillisimpiä oireita ovat yskä, hengenahdistus, limaneritys ja hengityksen vinkuminen. (Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin, Suomen Keuhkolääkäriyhdistys ry:n, Suomen Lastenlääkäriyhdistys ry:n ja Suomen Kliinisen Fysiologian Yhdistys ry:n asettama työryhmä 2012.) Astmakohtaus on ensiapua vaativa tilanne. Astmakohtauksen oireita ovat uloshengityksenvaikeus ja -vinkuminen, puheen tuoton vaikeutuminen ja jopa huulten sinerrys. Astmakohtauksen saanutta tulee auttaa antamalla hänelle hänen hengityslääkkeensä ja auttamalla hänet asentoon, jossa on helppo hengittää. Etukumarassa istuminen usein auttaa helpottamaan hengitystä. Tarvittaessa, jos hengitysoireet eivät helpota, tulee soittaa 112. (Korte & Myllyrinne 2012, 27.)

## 4 Toiminnan kuvaus

### 4.1 Toimintaympäristön kuvaus

Opinnäytetyön yhteistyötahona toimi Epoon alakoulu. Epoon alakoulu sijaitsee reilun 10km päässä Porvoon keskustasta. Kyseessä on pieni kyläkoulu, jossa on 58 oppilasta. Oppilaat on jaettu kolmeen luokkaan siten, että 1.-2., 3.-4. ja 5.-6. -luokkalaisten ovat samalla luokalla. Opettajia koulussa on kolme ja yksi heistä toimii myös rehtorina. Muuta henkilökuntaa on muun muassa terveydenhoitaja, koulukäynninohjaaja ja keittäjä. (Peda 2013.) Koulussa opet-

tajien vaihtuvuus on pientä ja oppilaat tuntevat hyvin toisensa, joten ilmapiiri on avoin ja rento.

#### 4.2 Opetustapahtuman sisältö

Ensiapupäivän ajankohdaksi oli suunniteltu 4.2.2015 klo 8:30 - 14:30 ja tapahtuma paikkana toimii Epoon koulun ala-aste Porvoossa. Ensiapupäivä kestää noin 6 tuntia, jonka aikana käydään läpi yleisimmät tapaturmat ja niiden ensiapu sekä hätäpuhelun soitto ja tajuttoman ensiapu. Tarkoituksena oli kertoa myös yleisimmistä sairaskohtauksista ja niiden ensiavusta, jos aika riittää. (Liite 1; Liite 2.)

Ensiapupäivään osallistuvat kaikki koulun 58 oppilasta, jotka ovat 7-12-vuotiaita. Oppilaat tulevat ikäryhmä kerrallaan opetustilanteeseen, joka kestää yhden oppitunnin verran eli 45 minuuttia. Oppilaat ovat tuttuja toisilleen, joten toivomuksena on, että opetustilanteeseen saadaan rento ja mukava ilmapiiri. Tavoitteena on, että jokainen oppilas saa mahdollisimman suuren hyödyn irti tapahtumapäivästä.

Aiheet opetetaan yksi kerrallaan. Tarkoituksena on ensin kertoa hieman teoriaa aiheesta, jonka jälkeen siirrytään käytännön harjoituksiin. Käytännön harjoituksiksi on suunniteltu hätäpuhelun soitto, kolmen K:n hoito, tajuttoman kääntö kylkiasentoon, verenvuodon tyrehdyttäminen sekä pistohaavan hoito ja tarkkailu. (Liite 1.)

#### 4.3 Opetustapahtuman toteutus

Lähetimme ennakkoon koulun rehtorille saatekirjeen ensiapupäivästä, jonka rehtori välitti vanhemmille. (Liite 3.) Ensiapupäivä toteutettiin suunnitelman mukaan 4.2.2015. Saavuimme koululle hieman etuajassa, jotta pääsimme valmistelemaan tilaa. Ensiapuopetus järjestettiin liikuntasalissa, johon sijoitettiin koulusta löytyviä patjoja. Mukana meillä oli Laureasta lainattuja sidetarvikkeita ja mitelloja. Näitä hyödynnettiin harjoituksissa. Olimme myös kirjoittaneet ohjeet hätäpuhelun soitosta oppilaille harjoituksia varten. Jokaisen ryhmän mukana oli myös Epoon koulun koulunkäyntiavustaja, jonka tarkoituksena oli seurata opetusta, ja rajata ryhmää jos he eivät malttaneet olla paikallaan.

Suunnitelman mukaisesti jokainen tunti aloitettiin kertomalla mitä olimme ja mitä tunnin aikana tultaisiin tekemään. Sisällöllisesti jouduimme joissain ryhmissä opetettavia aiheita hieman supistamaan. Kaikille opetettiin hätäpuhelun soitto, tajuttoman kääntö kylkiasentoon sekä kyyn- ja ampiaisenpistonhoito. Olimme suunnitelleet käyvämme läpi yleisimpien perussairauksien ensiapua teoreettisesti, mutta aikaa ei riittänyt niihin yhdessäkään ryhmässä.

Ensimmäinen ryhmä saapui kello 8:50 eli noin 10 minuuttia suunniteltua myöhemmin. Ryhmäläiset olivat 3.-luokkalaista ja heitä oli yhdeksän. Tälle ryhmälle opetimme alkuun mainittujen lisäksi verenvuodontyrehdyttämisen. Käytännön harjoituksen sujuivat kohtuullisen hyvin, mutta ryhmää joutui ohjeistamaan paljon niin sanotusti kädestä pitäen. Osalle solmun tekeminen oli hankalaa, sekä sana tyrehtyttäminen oli vaikea ymmärtää. Ryhmässä oli muutama joiden oli hankala keskittyä. Oppilaat oppivat taidot hyvin, ja heiltä heräsi hyvin kysymyksiä, kuten; mitä tehdä jos yksin pellolla ja kyy pistää sekä mitä tarkoittaa kun kyy myrky leviää. Ensimmäisen opetus tuokion jälkeen pohdimme mikä meni hyvin, ja mihin seuraavaksi kiinnitämme huomiota.

Klo 9:35 saapui seitsemän 4.-luokkalaista. Oppilaat lähtivät hyvin tekemään harjoituksia ja olivat itse ohjautuvia. He kysyivät myös neuvoja jos eivät jotain osanneet. Tässäkin ryhmässä muutamalle solmun teko oli haasteellista. Hätäpuhelun soiton harjoittelussa huomasimme että se oli aikaa vievää, kun oppilaat eivät keksineet ”syytä” soittaa puhelua. Tämän ryhmän jälkeen annoimme aina valmiin aiheen. Sisältö oli sama kuin kolmasluokkalailla. Kysymyksiä heräsi jonkun verran esimerkiksi mitä tehdä jos tajuton makaa mahallaan.

Kolmannessa ryhmässä oli viisi 5.-luokkalaista ja viisi 6.-luokkalaista. Ryhmä aloitti kello 10:20. Heillä oli jo jonkun verran tietoa ensiavusta, koska sitä oli opetettu ympäristötiedon tunnilla. Tälle ryhmälle kerkesimme opettamaan myös verenvuodon tyrehtyttämisen ja nyrjähdysten ensiavun. Ryhmä oli todella aktiivinen ja vastaanottavainen opetukselle. He jaksoivat keskittyä harjoituksiin ja kyselivät paljon tekemisen lomassa. Taidot karttuivat nopeasti oppilailla. Tämän ryhmän jälkeen pidimme lounastauon ja keskustelimme miten päivä omasta mielestä mennyt.

Lounaan jälkeen klo 11:50 vuorossa oli 1.-luokkalaista. Opetus alkoi myöhässä ja jouduimme sen myös lopettamaan aiemmin koulukyytien vuoksi eli aikaa jäi vain noin 25 minuutti. Ryhmässä oppilaita oli kymmenen. Ryhmän mukana tuli myös toinen koulunkäynti avustaja. Opetustilanne oli levoton ja oppilaiden oli vaikea keskittyä. Aiheet tuntuivat heille haastavilta ja esimerkiksi hätäpuhelun soiton harjoittelu oli aika paljon kikattelua. Kylkiasentoon kääntäminen opetettiin niin, että joku aikuinen oli ohjaamassa. Oppilaat kertoivat opetuksen aikana paljon omia tarinoita kaatumistaan tai mitä oli joskus tapahtunut. Lopuksi keskustelimme oppilaiden kanssa opetettavista aiheista ja kaikki kertoivat oppineensa jotain uutta.

12.40- 13.15 vuorossa olivat kahdeksan 2.-luokkalaista. Harjoitukset onnistuivat hyvin, vaikka monilla ei ollut minkäänlaisia ensiaputaitoja. Ryhmäläiset keskittyivät hyvin ja tekivät pyydettyt asiat tunnollisesti. Myös tämä ryhmä kertoi opetuksen yhteydessä paljon omia tarinoita. Heille opetettiin painesidos, mutta solmun tekeminen aiheutti muutamille hankaluuksia. Kysymyksiä heräsi jonkun verran esimerkiksi mitä tehdä jos kyy pistää itseä omassa kodissa ja



kaveri ei tiedä missä kyypakkaus. Oppilaissa oli yksi joka tiesi paljon ensiavusta, ja osasi vastata kaikkiin esitettyihin kysymyksiin. Kysyttäessä miten hän tietää niin paljon ensiavusta vastaus oli; ”ensiapuhan on yleissivistystä”.

Viimeinen ryhmä saapui kello 13:30. Oppilaita oli yhdeksän ja he olivat 6.-luokkalaisia. Opetus sujui hyvin, mutta ryhmä oli levoton. Välillä tuli sellainen olo, että heitä ei kiinnosta opettavat aiheet. Oppilaat tekivät harjoitukset kuitenkin hyvin ja onnistuneesti, mutta paljon ylimääräistä keskustelua oli ryhmässä. Tällä ryhmällä oli jo ensiapu valmiuksia. Perusaiheiden lisäksi opetimme heille nyrjähdyksenhoidon ja verenvuodon tyrehtyttämisen. Heillä kysymyksiä syntyi esimerkiksi voiko oksennukseen oikeasti tukehtua ja mikä merkitys on kohoasennolla.

#### 4.4 Arviointi

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tutkimustulokset koostuvat havainnointi ja haastattelu arviointimenetelmien avulla. Arviointimenetelmät tuli valita niin, että jokainen oppilas pystyy antamaan oman panoksensa. Opinnäytteen tekijät eivät voineet olla varmoja osaavatko kaikki oppilaat lukea ja kirjoittaa, joten havainnointi ja haastattelu tuntuivat luontevimmilta vaihtoehdoilta. Näitä metodeja hyödyntäen pystytään arvioimaan kuinka paljon oppilaat oppivat opetustuokion aikana ja mitä he itse kokivat oppineensa.

Havainnointi on yleisesti käytetty aineistonkeruumenetelmä tutkimuksessa. Opinnäytetyössä käytetään osallistuvaa havainnointia. Tämä tarkoittaa, että havainnoitsijat osallistuvat yhdessä ryhmän kanssa toimintaan ja samalla tekevät havaintoja. (Kankkunen & Vehviläinen-Juntunen 2013, 121 - 123.) Lapsien ollessa tutkimuskohde havainnointi on hyvä tuki haastattelulle, koska suullinen ilmaisu jää usein vajaaksi. Tämän opinnäytetyön havainnointi kohdistuu lapsien käyttäytymiseen ja vuorovaikutukseen muiden lasten kanssa opetustilanteessa. Toimintatutkimuksessa on tärkeää, että tutkittavat otetaan aktiivisiksi osallisiksi tutkimukseen mukaan. Olennaista on myös tämän tyyppisessä tutkimuksessa, että yhteistyö ja aktiivinen tekeminen tapahtuvat tutkimuksen ohella. (Saarinen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

Osallistava havainnointi valittiin arviointi menetelmäksi sen perusteella, että kyseessä oli ryhmätoiminta, jossa molemmat osapuolet niin ohjaajat kuin ohjattavat ovat aktiivisesti yhteistyössä. Havainnointi koettiin hyväksi tavaksi arvioida molempien osapuolten työskentelyä.

Ohjaajina havainnoimme, että oma työskentelymme parantui jokaisen kerran myötä. Alku jännityksen jälkeen pystyimme olemaan tilanteessa rennompia. Koemme, että saimme valmiuksia ryhmän ohjaamisessa ja suunnitelman pysymisessä, mutta myös spontaanisti muokata suunnitelmaa ryhmä huomioiden. Annoimme myös toisillemme palautetta jokaisen

opetustilanteen jälkeen, jonka perusteella pystyimme parantamaan toimintaa seuraavaa ryhmää varten.

Oppilaiden havainnointi onnistui mielestämme hyvin. Havainnoin perusteella huomasimme, kuinka vähän oppilailla oli taitoja toimia harjoitustilanteissa. Huomasimme kuitenkin, miten nopeasti useissa ryhmissä oppilaat oppivat käytännön harjoitteluiden myötä. Esimerkin näyttämisen koimme hyväksi. Tämän myötä oppilailla oli teoreettisen tiedon lisäksi, visuaalinen mielikuva miten toimia, joka helpotti omaa käytännönharjoituksen toteutusta.

Tavoitteisiin pääsimme havainnoimalla, että jokainen oppilas varmasti osaa kyseisen harjoitteen. Kokiessamme, että harjoitus tuotti hankaluuksia, menimme opettamaan kädestä pitäen ja näyttämällä esimerkin uudelleen, jos oli tarvetta. Näin pystyimme varmistamaan jokaisen oppilaan osaamisen.

Huomasimme hyödylliseksi, että jokaisella oppilaalla oli kaveri ryhmässä. Alkuun olimme ajatelleet, että ottaisimme jokaiselta luokalta muutaman oppilaan. Onneksi emme toteuttaneet tätä ideaa. Oppilaista huomasimme, että oli kiva harjoitella kaverin kanssa, eikä haitannut, jos teki jotain väärin tai sanoin hölmösti. Havainnoimme myös sitä, että oppilaiden oli helppo kertoa omia tarinoitaan ja esimerkkejään, kun ympärillä oli tuttuja kasvoja vaikka ohjaajat olivat uusia.

Koulunkäyntiavustajan läsnäolosta huolimatta jotkut ryhmät olivat levottomia, mutta pääsääntöisesti avustajan mukana olo rauhoitti oppilaat. Huomasimme, että tutun aikuisen mukana olo helpotti ryhmien toimintaa. Näin ollen heidän oli helppo lähteä mukaan harjoitteisiin, kun tuttu luotettava aikuinen oli ”kannustamassa”.

Haastattelu on yksi käytetyimpiä arviointi menetelmiä ja tähän opinnäytetyöhön on valittu avoin haastattelu. Avoimella haastattelulla pyritään saamaan vapaa muotoista keskustelua, mutta tutkittava ilmiö on kuitenkin määritelty. Haastattelijan tehtävänä on rajata keskustelua, mutta antaa kuitenkin myös vapaata keskustelutilaa. (Kankkunen & Vehviläinen - Juntunen 2013, 125 - 127.) Avoimessa haastattelussa tutkija on enemmän keskustelukumppani, joka voi kysymysten avulla palata varsinaiseen aiheeseen sekä ohjata keskustelua oikeaan suuntaan. Haastattelijan pitää olla tarkkana käyttäessään tätä menetelmää, koska keskustelu ajautua helposti sivuraiteille eikä tutkija saa tarvittavaa tutkimustietoa. (Saarinen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

Opinnäytetyön toiseksi arviointi menetelmäksi valikoitui avoin haastattelu, koska ajan ollessa rajattu haastattelu oli helppo sisällyttää ohjaustilanteisiin. Jokaiselta ryhmältä kysyimme aluksi heidän ensiaputaidoista. Ovatko he ennen opetelleen ensiapua tai joutuneet käyttämään opittua tietoa. Muutamassa ryhmässä ensiapua oli opittu harrastusten parista, mutta tietoja ei ollut tarvinnut käyttää oikeassa tilanteessa. Muutama koululainen oli ollut tapatur-

massa missä esimerkiksi käsi oli murtunut, mutta paikalla oli ollut ensiaputaitoinen aikuinen. Kehotimme koululaisia kuuntelemaan opetettavat asiat tarkasti, koska ikinä ei tiedä milloin joutuu tilanteeseen jossa ei ole ensiaputaitoista aikuista paikalla. Tuloksista voidaan siis päätellä, että suurin osa koululaisista ei tiennyt miten toimia ensiapua vaativissa tilanteissa ja tämä tulos huolestutti meitä.

Harjoitusten aikana kiersimme jokaisen parin luona ja avustimme heitä, jos opittu asia ei muistunut mieleen. Sen jälkeen annoimme oppilaiden harjoitella ilman ohjausta uudestaan käydyn asian ja huomasimme kertauksen tuottavan tulosta. Kaikki oppilaat tekivät harjoitukset ohjauksen avulla tai ilman. Kysyimme jokaisen harjoituksen jälkeen oppivatko he opitun asian vai kertaammeko sen uudelleen. Oppilaat esittivät tarkentavia kysymyksiä, mutta harjoituksia ei tarvinnut uusia. Haastattellessa oppilaita harjoitusten välissä huomasimme kuinka heidän kiinnostus ensiavun opettamiseen kasvoi sitä mukaa mitä kävimme aiheita läpi. Pyrimme luomaan avoimen ilmapiirin opetustilanteessa ottamalla koululaiset mukaan keskusteluun ja siinä mielestämme onnistuimme.

Lopuksi haastattelimme kaikkia ryhmien kysyen mitä he olivat tämän tunnin aikana oppineet ja he saivat esittää kysymyksiä meille. Kaikki oppilaat lupasivat tarkistaa kotoa missä kyypakkaus sijaitsee ja muut ensiapu tarvikkeet. Muutama osallistuja sanoi harjoittelevansa kotona sisarusten kanssa opittuja asioita. Jokainen kertoi vuorotellen yhden asian minkä oli ensiavusta oppinut ja kaikki sanoivat eri asian. Tämän toiminnallisen opinnäytetyön yhtenä tarkoituksena oli lisätä koululaisten tietoa ensiavusta ja siinä onnistuimme.

Oppimistilana toimi liikuntasali ja se oli mielestämme hyvä, koska tilaa oli paljon käytännönharjoituksille ja saimme olla samassa liikuntasalissa koko päivän. Hyödynsimme tilaa niin että jokaisella parilla oli riittävästi tilaa ja rauhaa tehdä käytännön harjoituksia.

Saamista tuloksista voidaan päätellä ensiapupäivän olevan hyödyllinen ja tarpeellinen Epoon koulussa. Ryhmien mukana kulki myös opettaja, joka sanoi ensiaputaitojen kertaamisen olevan paikallaan. Saimme positiivista palautetta mukana kulkevalta opettajalta. Hänen mielestään opetettavia asioita oli riittävästi ja sovelsimme hyvin ennalta tehtyä suunnitelmaa ryhmien välillä. Myös meidän opettaminen koettiin ammattimaiseksi ja hyväksi.

Kokonaisuudessa ensiapupäivä sujui hyvin palautteiden perusteella. Oppilaat jaksoivat kuunnella melko hyvin jokaisessa ryhmässä ja harjoitukset onnistuivat muutaman ryhmän kohdalla odotettua paremmin.

#### 4.5 Työn luotettavuuden arviointi ja etiikka

Työtä arvioidessa tulee huomioida sen luotettavuus ja eettisyys. Työn luotettavuutta arvioitaessa, on huomioitava, että sen opetusmateriaaleina on käytetty tutkittua ja uusinta tietoa. Ensiapupäivän oppisisältö koostui tutkimustiedoista ja punaisen ristin ensiapuohjeista. (sekä koulun henkilökunnan toiveista). Ensiapuohjeet muuttuvat useasti ja työhön valittiin päivitetty ohjeistukset sekä suositukset. Oppisisältö on koottu luotettavista ja ajantasaisista lähteistä, joita myös hoitotyön ammattilaiset käyttävät työssään. Työn luotettavuutta lisää myös mahdollisimman tuoreet lähteet. Rajana pidettiin, ettei yli 10 vuotta vanhoja lähteitä käytetä, mutta opettamisen teoreettisenviitekehukseen sallittiin 1992 julkaistun Engeströmin näkemys opettamisesta. Opinnäytetyön luotettavuuden arviointiin kuuluu tarkat lähdetiedot. Kaikki työssä käytettävät lähteet löytyvät lähdeluettelosta. Luotettavuutta lisäsi myös ohjaajien perehtyneisyys aiheeseen, sekä suunnitelmallisuus toteutuksessa.

Eettisyys oli huomioitava raporttia kirjoittaessa. Raportissa kiinnitettiin tarkasti huomiota siihen, ettei missään vaiheessa kukaan lapsi ole tunnistettavissa. Raporttia tapahtumasta kirjoitettiin yleisellä tasolla, kuitenkin niin, että siitä saadaan kuva mitä on tapahtunut, ja miksi jotkut asiat eivät välttämättä onnistuneet. Pystyimme pitämään jokaisen oppilaan identiteetin salassa, joka tuo raporttiin eettistä luotettavuutta. Työhön ei myöskään ole kopioitu suoria tekstejä muiden töistä, ja jokainen käytetty lähde on kirjattu huolellisesti ja luotettavasti ylös.

#### 5 Pohdinta

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena oli suunnitella ja toteuttaa ensiapupäivä Epoon koulun oppilaille Porvoossa. Ensiapupäivän tavoitteena oli lisätä oppilaiden tietoa ensiavusta ja antaa rohkeutta toimia itsenäisesti ensiapua vaativissa tilanteissa. Ensiapua ei opeteta ollenkaan Epoon koulussa, joten halusimme myös lisätä oppilaiden kiinnostusta ja tietoa ensiapua kohtaan toiminnallisen opinnäytetyön avulla. Omana tavoitteena meillä oli kehittyä opetustilanteen suunnittelussa ja toteutuksessa, jota voimme hyödyntää tulevaisuudessa hoitotyön uralla.

Koulutapaturmat ovat yleensä lieviä vammoja esimerkiksi erilaiset haavat, ruhjeet, nyrjähdykset ja venähdyksen. (Terveystieteiden tutkimuskeskus 2014b.) Toteutusta suunniteltaessa lähdettiin pohtimaan erilaisten tutkimusten avulla millaisia ovat koululaisten yleisimmät tapaturmat. Huomioimme myös yhteistyökumppanimme eli Epoon koulun opettajien toiveet. Teoreettista viitekehystä rakentaessa huomasimme, että ensiavusta löytyy paljon tietoa, mutta lasten erilaisista tapaturmista tutkittua tietoa löytyi melko vähän. Pysyimme kuitenkin

parhaamme mukaan kokoamaan teoksen luotettavista lähteistä, ja perustelemaan kaikki päätökset luotettavaan tietoon.

Kappaleessa kolme kuvatut tutkimukset autoilijoiden ensiaputaidoista ja pyöräilijöiden onnettomuuksista, eivät suoranaisesti aiheeseemme liity, mutta koimme ne merkityksellisiksi. Pyöräilijöiden liikenneonnettomuudet tapahtuvat usein taajamissa eli juuri alueilla, joissa koulun oppilaat asuvat. Siellä nopeudet ovat usein korkeammat kuin kaupungeissa. Autoilijoiden ensiaputaidot tutkimus oli mielestämme hyvä. Se kertoo, ettei ensiaputaitoja ole riittävästi edes aikuisilla. On hyvä asia, että ensiaputaitoja opetetaan jo nuoresta pitäen, jolloin myös aikuisena tietämys säilyisi.

Ensiapupäivän opetustilanteen suunnitelmassa hyödynsimme Engeströmin näkemystä opettamisesta. Tavoitteiden määrittely on ensisijaisen tärkeää ryhdyttäessä suunnittelemaan opetustilannetta. Tavoitteiden ollessa selkeät ohjaajille ja opetettaville on molempien helpompi keskittyä tavoitteelliseen oppimiseen ja opettamiseen. (Engeström 1992, 68 - 69) Tähän teoriaan pohjautuen päätimme tavoitteemme heti alkuun. Näin meidän oli helpompi lähteä suunnittelemaan tavoitteellista toteutusta. Onnistuimme tässä mielestämme hyvin, sillä suunnitelmassa otimme huomioon tavoitteemme, mutta myös erilaiset oppijat. Engeströmin näkemyksen valitsimme sen selkeyden ja sopivuuden vuoksi. Hänen näkemyksensä tuki myös tavoitteitamme eli opetusta ja sen suunnittelua.

Ala-asteikäiset ovat ryhmänä erityinen ja suunnittelussa hyödynsimme Dunderfeltin kirjallisuutta. Hänen näkemyksensä myötä saimme hyödyllistä tietoa siitä miten lapset eri-ikäisinä oppivat ja kuinka paljon tietoa he pystyvät vastaanottamaan. Päätimme tämän perusteella rajata aiheemme valittuihin, jottei lapsia rasiteta liialla tiedolla. Huomioimme omassa opetuksessa myös tarkasti kielenkäyttöämme eli pyrimme käyttämään sanoja sen mukaan mitä lapset ymmärtävät, eikä niinkään hoitotieteen sanastoa. Näin varmistimme että jokainen oppilas ymmärtää mistä puhutaan.

Ensiapupäivän järjestimme helmikuussa 2015 Epoon koulun liikuntasalissa Porvoossa. Yhteistyö Epoon koulun rehtorin kanssa toimi moitteettomasti ja saimme riittävästi tietoa koulusta ennen tapahtumaa. Ensiapupäivään osallistui kaikki koulun 1.-6.- luokkalaiset oppilaat sekä yksi opettaja. Emme tienneet opettajan läsnäolosta etukäteen ja jännitimme aluksi tarkkailevia silmiä. Nopeasti kuitenkin opettajan mukana olo unohtui ja saimme luotua rennon ilmapiirin opetustilanteeseen. Jälkikäteen ajateltuna opettajan mukana olo oli hyvä, koska oppilaat rauhoittuivat hänen käskystä ja saimme positiivista palautetta sivusta seuranneelta.

Koemme, että saimme tapahtumapäivän osalta tavoitteemme saavutettua melko hyvin, vaikka suunnitelmaan jouduttiin muokkaamaan. Pystyimme antamaan oppilaille ajankohtaista tie-

toa ensiavusta. Ensiapuopetuksen teoreettisena pohjana käytimme Punaisen Ristin ensiapu ohjeita. Ne arvioimme luotettavimmiksi ja ajankohtaisimmiksi. Oppilaiden taidot ensiavussa karttuivat ja tieto lisääntyi, sillä hyvin harvalla oli aiheesta minkäänlaista esitietoa.

Kehitysideana tapahtuman jälkeen mietimme, että olisimme voineet suunnitella jonkin kirjallisen tuotoksen oppilaille kotiin vietäväksi, koska suunnitelmaa jouduttiin jossain ryhmissä hyvinkin paljon muokkaamaan. Nyt osalla oppilaista jäi tietoa saamatta, minkä olisimme heille halunneet välittää. Esimerkiksi jokin ensiapuvihko olisi ollut hyvä lisä oppimisen tueksi. Tällä tavoin oppilaat olisivat voineet, vaikka vanhempien kanssa vielä käydä opettamatta jääneet aiheet lävitse.

Koemme että saimme myös omat tavoitteemme saavutettua. Tulevaa sairaanhoitajan ja terveydenhoitajan työtä ajatellen työnkuvaamme saattaa kuulua erilaisten oppituntien ja luennojen pitäminen, jolloin opetuksen suunnittelu ja tieto erilaisista opetusmenetelmistä katsotaan hyödyksi. Onnistuimme järjestämään suunnitellun ja luotettavan oppimistapahtuman. Saimme varmuutta omaan osaamiseemme ensiavussa ja varmuutta ammatti-identiteetin kehittymisen tueksi.

Kokonaisuudessa arvioimme työmme onnistuneeksi. Saimme tavoitteemme hyvin täytettyä ja opimme kuinka tärkeää on huolellisen suunnitelman tekeminen opetuksessa. Kiinnostavaa oli myös perehtyä ala-asteikäisen opettamiseen ja siitä opimme mielestämme paljon uutta. Pidimme myös tarpeellisena kerrata omat ensiaputaidot. Saimme positiivista palautetta ensiapupäivästä oppilailta ja opettajilta. Huomasimme myös, että oma itsevarmuutemme aloitavina hoitotyön työntekijöinä kasvoi ja taidot kirjallisen tuotoksen tekijöinä karttuivat.

Aiheesta kehittämis ehdotuksena voisi olla lasten ja nuorten tapaturmientilastoiminen sekä ensiavun merkitys tapaturman sattuessa. Näiden tilastojen avulla saisimme tietää, kuinka hyödyllistä ensiaputaitojen opettaminen ja ylläpitäminen on. Ensiapupäivän opetussisältöä voisi laajentaa esimerkiksi lisäämällä vierasesineen poiston hengitysteistä, koska se vaatii riipeitä ensiaputaitoja ja näin ollen voi pelastaa ihmisen hengen. Lisäksi ensiapupäivät voisivat olla kestoiltaan pidempiä.

## Lähteet

Ala- Laurila, E-L., Laakso, J. & Terho P. 2002. Kouluterveydenhuolto. 2. Painos. Helsinki: Duodecim.

Autoliitto. 2013. Autoilijoiden ensiaputaidot Euroopassa tutkittu: Moni haluaa auttaa, harva tietää miten. Viitattu 14.3.2015.  
<http://www.autoliitto.fi/?x20043=7129627>

Castrén, M., Korte, H., Myllyrinne, K. 2012. Ensiapuopas: Puremat ja pistot. Terveysportti: Kustannus Oy Duodecim. Viitattu 29.12.2014.  
[http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=spr00012&p\\_teos=spr&p\\_osio=106&p\\_selaus](http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=spr00012&p_teos=spr&p_osio=106&p_selaus)

Castrén, M., Korte, H., Myllyrinne, K. 2012. Ensiapuopas: Haavat ja verenvuodot. Terveysportti: Kustannus Oy Duodecim. Viitattu 29.12.2014.  
[http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=spr00007](http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=spr00007)

Diabetesliitto. Tilastotietoa. Viitattu 15.3.2015.  
[http://www.diabetes.fi/diabetestietoa/yleista\\_diabeteksesta/tilastotietoa](http://www.diabetes.fi/diabetestietoa/yleista_diabeteksesta/tilastotietoa)

Dunderfelt, T. 2011. Elämänkaaripsykologia. Lapsen kasvusta yksilön henkiseen kehitykseen. Porvoo: WSOY.

Eduvantaa. 2014. Ohjeet oppilaalle sattuneessa tapaturmassa. PDF. Viitattu 14.12.2014  
<http://www.edu.vantaa.fi/martinlu/tapaturmaohje.pdf>

Engeström, Y. 1992. Perustietoa opetuksesta. 2.-8. painos. Helsinki: Valtion painatuskeskus.

Eriksson, h., Häppölä, O. & Kallela, M. 2014. Tajuttomuus. Terveysportti: Kustannus Oy Duodecim. Viitattu 23.1.2015.  
[http://www.duodecimlehti.fi/web/guest/uusinnumero;jsessionid=F0DD41DBD508FF0B71DC97E7C707674D?p\\_p\\_id=Article\\_WAR\\_DL6\\_Articleportlet&Article\\_WAR\\_DL6\\_Articleportlet\\_viewType=viewArticle&Article\\_WAR\\_DL6\\_Articleportlet\\_tunnus=duo11507&Article\\_WAR\\_DL6\\_Articleportlet\\_member=JPPpRX9\\*\\*SdU](http://www.duodecimlehti.fi/web/guest/uusinnumero;jsessionid=F0DD41DBD508FF0B71DC97E7C707674D?p_p_id=Article_WAR_DL6_Articleportlet&Article_WAR_DL6_Articleportlet_viewType=viewArticle&Article_WAR_DL6_Articleportlet_tunnus=duo11507&Article_WAR_DL6_Articleportlet_member=JPPpRX9**SdU)

Hyppönen, O. & Lindén, S. 2009. Opettajan käsikirja - Opintojakson rakenteet, opetusmenetelmät ja arviointi. Espoo: Teknillisen korkeakoulun opetuksen ja opiskelun tuen julkaisu 4/2009. PDF. Viitattu 7.12.2014. <http://lib.tkk.fi/Raportit/2009/isbn9789522480637.pdf>

Hänninen, M & Kauppala, K. 2012. Nilkan nyrjähdys. Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö. Viitattu 14.12.2014.  
[http://www.yths.fi/terveystieto\\_ja\\_tutkimus/terveystietopankki/123/nilkan\\_nyrjahdys](http://www.yths.fi/terveystieto_ja_tutkimus/terveystietopankki/123/nilkan_nyrjahdys)

Hätäkeskuslaitos. 2015. Opetta lasta. Viitattu 16.1.2015.  
[http://www.112.fi/fi/hatanumero\\_112/kayta\\_hatanumeroa\\_oikein/opeta\\_lasta](http://www.112.fi/fi/hatanumero_112/kayta_hatanumeroa_oikein/opeta_lasta)

Ivanoff, P., Kitinoja, H., Palo R., Risku, A. & Vuori A. 2007. Hoidatko Minua?. 3.-4. Painos. Porvoo: Wsoy

Itä-Suomen yliopisto. Opetuksen suunnittelu. Viitattu 7.12.2014.  
<http://www.uef.fi/fi/aducate/opetuksen-suunnittelu>

Jaakkola, T., Kantomaa, M., Laine, K., Pyhältö, K., Syväoja, H. & Tammelin, T. 2012. Liikunta ja oppiminen. Tilannekatsaus- Lokakuu 2012. Opetushallitus. PDF. Viitattu 24.1.2015.  
[http://www.oph.fi/download/144729\\_Liikunta\\_ja\\_oppiminen\\_2.pdf](http://www.oph.fi/download/144729_Liikunta_ja_oppiminen_2.pdf)

Jyväskylän yliopisto. 2004. Opetusmenetelmistä. Peda.net - kouluverkko. Word tiedosto. Jyväskylän yliopiston koulutuksen tutkimuslaitos. Viitattu 7.12.2014.  
<http://www.peda.net/img/portal/231636/opetmen.doc>

Kankkunen, P. & Vehviläinen-Junkunen, K. 2013. Tutkimus hoitotieteessä. 3. painos. Helsinki: Sanoma Pro.

Korte H. & Myllyrinne K. 2012. Ensiapu. Espoo: Wellprint.

Laurea ammattikorkeakoulu. 2011. Laurean opinnäytetyöohje. Word tiedosto. Viitattu 14.12.2014.  
<https://live.laurea.fi/SiteCollectionDocuments/OPISKELIJALLE/Opinnaytetyo/Opinnaytetyoohje.doc>

Liikenneturva. 2015. Pyöräilijöiden henkilövahingot tieliikenteessä. Viitattu 15.3.2015.  
[http://www.liikenneturva.fi/sites/default/files/materiaalit/Tutkittua/Tilastot/tilastokatsaukset/tilastokatsaus\\_pyorailijat.pdf](http://www.liikenneturva.fi/sites/default/files/materiaalit/Tutkittua/Tilastot/tilastokatsaukset/tilastokatsaus_pyorailijat.pdf)

Mannerheimin lastensuojeluliitto. Koulu alkaa. Viitattu 8.1.2015.  
[http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/koulu/koulu\\_alkaa/](http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/koulu/koulu_alkaa/)

Perustuslaki, 2 luku, Yleiset velvollisuudet, 3§. Yleinen toimintavelvollisuus. Viitattu 14.3.2015. <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2011/20110379#L2>

Puusniekka, A. & Saarinen-Kauppanen, A. 2006. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto: 6.4 Havainnointi. Viitattu 29.1.2015.  
[http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L6\\_4.html](http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L6_4.html)

Puusniekka, A. & Saarinen-Kauppanen, A. 2006. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto: 6.3.1 Avoin haastattelu. Viitattu 29.1.2015.  
[http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L6\\_3\\_1.html](http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L6_3_1.html)

Peda.net. 2013. Epoon koulu. Viitattu 30.1.2015.  
<http://peda.net/veraaja/porvoo/epoonkoulu>

Peda.net Verkko-veräjä. 2013. Epoon koulun opetussuunnitelma. Viitattu 29.12.2014.  
<http://opspro.peda.net/porvoo/viewer.php3?DB=porvoo2>

Rantanen, H-M. 2006. Luokanopettajien käsityksiä oppimisesta. Toteutuuko perusopetuksen opetussuunnitelman perusteiden (2004) mukainen oppimiskäsitys luokanopettajien toiminnassa. Tampereen yliopisto: Pro Gradu. Viitattu 26.1.2015.  
[https://www.google.fi/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad=rja&uact=8&ved=0CCAQFjAA&url=https%3A%2F%2Ftampub.uta.fi%2Fbitstream%2Fhandle%2F10024%2F93996%2Fgradu01430.pdf%3Fsequence%3D1&ei=9wfKVPPUH8nDOYrRgJgJL&usq=AFQjCNGHOBFTgt30L\\_K7dd1KrGYInY1liA&bvm=bv.84607526,d.ZWU](https://www.google.fi/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad=rja&uact=8&ved=0CCAQFjAA&url=https%3A%2F%2Ftampub.uta.fi%2Fbitstream%2Fhandle%2F10024%2F93996%2Fgradu01430.pdf%3Fsequence%3D1&ei=9wfKVPPUH8nDOYrRgJgJL&usq=AFQjCNGHOBFTgt30L_K7dd1KrGYInY1liA&bvm=bv.84607526,d.ZWU)

Ristola, P. 2015. Ensiapukoulutusta on annettu Suomessa jo 130- vuotta - peruskoulujen ensiapukoulutus halutaan saada säännölliseksi. Yle Turku. Viitattu 14.3.2015.  
[http://yle.fi/uutiset/ensiapukoulutusta\\_on\\_annettu\\_suomessa\\_jo\\_130\\_vuotta\\_peruskoulujen\\_ensiapukoulutus\\_halutaan\\_saada\\_saannolliseksi/7851036?ref=leiki-uu](http://yle.fi/uutiset/ensiapukoulutusta_on_annettu_suomessa_jo_130_vuotta_peruskoulujen_ensiapukoulutus_halutaan_saada_saannolliseksi/7851036?ref=leiki-uu)

Saarelma, O. 2014. Kynn purema. Terveysportti: Kustannus Oy Duodecim. Viitattu 29.12.2014.  
[http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=dlk00289](http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00289)

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2004. Kouluterveydenhuollon laatusuositus. Viitattu 8.1.2015.  
[http://www.stm.fi/c/document\\_library/get\\_file?folderId=28707&name=DLFE-3733.pdf&title=Kouluterveydenhuollon\\_laatusuositus\\_fi.pdf](http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=28707&name=DLFE-3733.pdf&title=Kouluterveydenhuollon_laatusuositus_fi.pdf)



Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin, Suomen Keuhkolääkäriyhdistys ry:n, Suomen Lastenlääkäriyhdistys ry:n ja Suomen Kliinisen Fysiologian Yhdistys ry:n asettama työryhmä. 2012. Astma. Kustannus Oy Duodecim. Viitattu 25.1.2015.

<http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suositukset/suositus?id=hoi06030>

Suomen Punainen Risti. 2014a. Ensiapuohjeet. Viitattu 14.12.2014.

<https://www.punainenristi.fi/ensiapuohjeet>

Suomen Punainen Risti. 2014b. Ensiapuohjeet: Haavat. Viitattu 29.12.2014.

<https://www.punainenristi.fi/ensiapuohjeet/haavat>

Suomen Punainen Risti. 2014c. Ensiapuohjeet: Tajuton lapsi. PDF. Viitattu 23.1.2015.

[https://www.punainenristi.fi/sites/frc2011.mearra.com/files/tiedostolataukset/Tajuton\\_lapsi\\_2010.pdf](https://www.punainenristi.fi/sites/frc2011.mearra.com/files/tiedostolataukset/Tajuton_lapsi_2010.pdf)

Suomen Sisätautilääkäreiden yhdistyksen ja Diabetesliiton Lääkärineuvoston asettama työryhmä. 2013. Diabetes. Kustannus Oy Duodecim. Viitattu 25.1.2015.

<http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suositukset/suositus;jsessionid=2388AA8850DAAFC46C2B648F24C3841?id=hoi50056>

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 2014a. Koululaisten ja opiskelijoiden tapaturmat lukuina.

Viitattu 14.12.2014. <http://www.thl.fi/fi/web/tapaturmat/lapset-ja-nuoret/koulu-ja-oppilaitos/koululaisten-ja-opiskelijoiden-tapaturmat-lukuina>

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 2014b. Ohjeet ja suunnitelmat koulutapaturmien ehkäisyyn.

Viitattu 8.1.2015. <http://www.thl.fi/fi/web/tapaturmat/lapset-ja-nuoret/koulu-ja-oppilaitos/tapaturmien-ehkaysyn-toteuttaminen-kouluissa-ja-oppilaitoksissa/ohjeet-ja-suunnitelmat-koulutapaturmien-ehkaysyn>

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 2014c. Piste tapaturmille! - Lasten ja nuorten tapaturmatilastot.

Viitattu 24.1.2015. <http://www.thl.fi/fi/web/tapaturmat/tietoa-tapaturmista/tilastot/tilastokatsaukset/lasten-ja-nuorten-tapaturmat>

## Liitteet

Liite 1. Alustava aikataulu .....	27
Liite 2. Opetustapahtuman sisältö .....	28
Liite 3. Saatekirje vanhemmille .....	29

## Liite 1. Alustava aikataulu

### Ensiapuopetus Epoon koululla 4.2.2015 klo 8:30- 14:30

Kaikille ryhmille sama runko:

- Lyhyt alkuinfo, ketä ollaan, mitä tarkoitus tehdä ym..
- Häätäpuhelun soitto teoria + harjoitus 10 min
- Haavat ja pistosten ensiapu teoria+ harjoitus 15 min
- Tajuttoman ensiapu teoria + harjoitus 10 min
- Sairaskohtauksien ensiapu

#### 1. Ryhmä klo 8:40- 9:25

Luokka:

Oppilasmäärä:

#### 2. Ryhmä 9:35- 10:20

Luokka:

Oppilasmäärä:

#### 3. Ryhmä 10:20- 11:05

Luokka:

Oppilasmäärä:

#### 4. Ryhmä 11:40- 12:25

Luokka:

Oppilasmäärä:

#### 5. Ryhmä 12:35- 13:20

Luokka:

Oppilasmäärä:

#### 6. Ryhmä 13:30- 14:15

Luokka:

Oppilasmäärä:

## Liite 2. Opetustapahtuman sisältö

Ensiapua Epoon koulussa

### Hätäpuhelun soitto:

- Soita hätäpuhelu itse, jos voit.
- Kerro, mitä on tapahtunut.
- Kerro tarkka osoite ja kunta.
- Vastaa kysymyksiin.
- Toimi annettujen ohjeiden mukaisesti.
- Lopeta puhelu vasta saatua luvan.
- Soita uudelleen, mikäli tilanne muuttuu

### Tajuttoman kääntö kylkiasentoon:

- tarkista hengittääkö
- käännä kylkiasentoon
- tarkkaile yleisvointia
- soita tarvittaessa 112

### Verenvuodon tyrehdyttäminen ja haavan sitominen:

- Tyrehdytä mahdollinen verenvuoto.
- Puhdista haavasta lika juoksevan, viileän veden alla.
- Sulje pienen viiltohaavan reunat vastakkain haavateipillä.
- Peitä haava suojasidoksella.
- Hakeudu tarvittaessa hoitoon.
- Tarkista, että tetanus- eli jäykkäkouristusrokote on voimassa.

### Nyrjähdysten ensiapu:

1. Kohota raaja.
2. Purista tai paina vammakohtaa.
3. Jäähdytä kylmällä noin 20 minuuttia.
4. Sido vammakohdan ympärille tukeva side.
5. Jatka kylmähoitoa ensimmäisen vuorokauden ajan parin tunnin välein.

### Ampiainen:

1. Kivunlievitys kylmällä
2. Pistos piikin poisto (Jos se näkyvissä)
3. Soitto 112 jos anafylaktinen shokki
4. tarkkaile vointia

### Kyyn purema:

1. Vältä raajan liikuttamista
2. Tue puremakohta lepoasentoon
3. Anna kyylälääke (kortisoni- tai antihistamiinitabletti)
4. Vie lääkärin vastaanotolle/ tarvittaessa 112

**Diabetes:****Diabeettisen sokin ensiapu**

- Anna välittömästi sokeripitoista syötävää tai juotavaa, mikäli autettava on tajuissaan ja pystyy itse syömään tai juomaan. Tajuttomalle henkilölle ei saa antaa mitään suuhun.
- Mikäli autettava ei toivu 10 minuutissa tai menee tajuttomaksi, soita hätänumeroon 112.
- Käänä tajuton henkilö kylkiasentoon.

**Astmakohtaus:**

1. Anna hengityslääkkeet
2. Auta henkilö asentoon jossa helppo hengittää (Etukumarassa istuminen)
3. Tarvittaessa 112, jos hengitysoireet eivät helpota.

Ensiapuopetusta Epoon koululla 4.2.2015

Hyvät huoltajat!

Olemme Porvoon Laurean Hoitotyön opiskelijat Anni ja Jasmin.

Työstämme tällä hetkellä opinnäytetyötämme ja toteutus tapahtuu Epoon koululla 4.2.2015 klo 8:30- 14:30. Päivän tarkoituksena on opettaa oppilaille ensiaputaitoja, ja antaa valmiuksia toimia itsenäisesti ensiapua vaativissa tilanteissa. Opetettavat aiheet ovat hätäpuhelun soitto, haavojen ja pistojen (ampiainen & käärme) ensiapu ja tajuttoman ensiapu.

Jos teillä on kysyttävää Ensiapupäivästä voitte olla yhteyksissä seuraavasti:

Anni Huttunen

Jasmin Juvonen

Terveystenhoitajaopiskelija Sairaanhoidajaopiskelija

[anni.huttunen@laurea.fi](mailto:anni.huttunen@laurea.fi)

[jasmin.juvonen@laurea.fi](mailto:jasmin.juvonen@laurea.fi)